

# Verwurzelt beten

„Verwurzelt beten“ ist das zweite Kapitel unseres Leitfadens zum Thema Beten überschrieben. Dr. Andreas Heiser, Rektor unserer Theologischen Hochschule in Ewersbach, schreibt dazu einleitend:

„Beten – das beruht für mich darauf, dass ich an Gott glaube und in Beziehung zu ihm stehe. Ansonsten wäre mein Gebet ein Selbstgespräch.“

*© Henrik Otto und Bernd Kanwischer, Beten – schlicht und ergreifend, SCM Bundesverlag Witten 2019, Seite 33*

Den ersten Satz von ihm kann ich persönlich nur voll und ganz unterstreichen. Auch für mich ist das Gebet ein Ausdruck meiner Gottesbeziehung.

Allerdings widerspreche ich der negativen Festlegung des zweiten Satzes vehement: „Ansonsten wäre mein Gebet ein Selbstgespräch.“

Gerade in dieser Zeit, die jeden einzelnen und das komplette gesellschaftliche Leben größtenteils ausgebremst hat, haben viele das Gebet neu für sich entdeckt. Auch und gerade Menschen, die keine – in unserem Sinne – lebendige Gottesbeziehung haben.

Wir sollten als Freikirchler nicht herablassend auf die zarten Glaubensäußerungen unserer säkularisierten Zeitgenossen schauen, sondern sie als Gottes geheimnisvolle Geschichte mit ihnen würdigen.

Ein für mich nach wie vor beeindruckendes Beispiel ist dabei - aus Vor-Corona-Zeiten - das Lied von Cliff Richard: „Millennium Prayer“ – ein gesungenes Vaterunser.

Es wurde im November 1999 als Benefiz-Single im Vorfeld des neuen Jahrtausends veröffentlicht, daher der Name. Die Single wurde ein Überraschungserfolg und erreichte Platz eins in den englischen Single Charts, Platz zwei in Australien und Neuseeland, Platz drei in Irland und die Top 20 in einer Reihe von europäischen Ländern.

Cliff Richards Plattenfirma EMI lehnte die Produktion dieser Single aus Sorge vor einem finanziellen Desaster ab. So wandte sich Cliff Richard für die Veröffentlichung an ein unabhängiges Plattenlabel. Der Erlös ging an eine Wohltätigkeitsorganisation „Children of Promise“. Dieses Lied wurde sein letzter und 14. Nummer 1-Hit und die drittmeistverkaufte Single seiner Karriere. Der Song gewann den „Ivor Novello Award“ für die meistverkaufte Single des Jahres 1999.

Cliff Richard veröffentlichte die Single aus neutraler Sicht und erklärte, dass dies eine Art und Weise sei, wie Menschen sich vereinen könnten, unabhängig von ihrem Glaubenssystem oder ihrer Religion, an die sie sich halten. letzter Zugriff 26. August 2020: [https://en.wikipedia.org/wiki/The\\_Millennium\\_Prayer](https://en.wikipedia.org/wiki/The_Millennium_Prayer)

Das „Vaterunser“ als Nummer 1 Hit für ein neues Jahrtausend. Das ist für mich nach wie vor beeindruckend und lässt mich erahnen, wie geheimnisvoll Gott in einer völlig säkularisierten Welt handelt und sich zu erkennen gibt.

Das sollten wir staunend und dankbar zur Kenntnis nehmen und tatsächlich würdigen und wertschätzen.

In unserem Leitfaden zum Thema Beten heißt es weiter: „Ich schreibe zwar als Kirchenhistoriker, dennoch möchte ich vorab schildern, dass Sie es mit einem Menschen zu tun haben, der eigene Erfahrungen mit dem Gebet macht.“

Dabei benennt er drei maßgebliche Prägungen, die ihn in seinem Gebetsleben beeinflusst haben. Da war zum einen seine christliche Sozialisierung in einer Freien evangelischen Gemeinde, in der er aufgewachsen ist. „Mich beeindruckten die langen Gebete der Alten, deren Worte kaum zu unterscheiden waren von den Psalmen der Bibel“

Ein zweiter Meilenstein war eine Fasten- und Gebetsfreizeit in Hermannsburg während seiner Theologischen Ausbildung in Ewersbach. „Diese Woche war wie eine Art zweite Bekehrung. Die Intensität der Gebetserfahrung abseits vom studentischen Trubel, fern vom frei-evangelischen Kommunikationszwang, der Übersättigung von Medien und Nahrung führten mich in eine Tiefe der Gottesbeziehung, die ich bislang in dieser Weise nicht erlebt hatte, die ich aber seither immer wieder suche.“

Ein dritter Meilenstein ist seit 2007 für Heiser die Woche bei einem orthodoxen theologischen Kollegen in Rumänien. „Hier erfahre ich, wie der gesamte Alltag von einer Ehrfurcht vor dem allmächtigen Gott durchzogen ist.“

Interessant ist bei diesem ehrlichen und offenen Einblick, den er uns gewährt, die Tatsache, dass er die wesentlichen Impulse für sein eigenes Gebetsleben außerhalb Freier evangelischer Gemeinden bekommen hat. Zum einen bei den Lutheranern in Hermannsburg und daneben bei den Orthodoxen in Rumänien. Dadurch wird meines Erachtens zweierlei deutlich. Zum einen ist es gut und wichtig für uns, über den gemeindlichen Tellerrand hinauszuschauen und festzustellen, dass tatsächlich das Reich Gottes nicht an der Gemeindetür endet. Zum zweiten macht es natürlich auch deutlich, dass unsere freievangelische Spiritualität – um jetzt mal ein anderes Wort fürs Beten zu gebrauchen – wahrscheinlich doch erheblich zu kopflastig und zu einseitig pietistisch geprägt ist.

Nachdem Heiser seine eigenen Gebetswurzeln vorgestellt hat, nimmt er uns mit auf einen kurzen Streifzug durch die Kirchengeschichte. Dabei merkt er einleitend an: „Selbst Figuren wie Adolf von Harnack oder Rudolph Bultmann, die in unseren Reihen häufig zu Liberalen mit mangelnder Frömmigkeit degradiert werden, lebten aus der Kraft des Gebets.“

Anschließend beginnt er seinen kleinen kirchengeschichtlichen Streifzug mit Jesus, der für ihn im Judentum verwurzelt betete, dabei aber die untypische Anrede „Abba“ für Gott wählte.

„Von Jesus schaue ich ab, wie ich bitten kann, und zwar so, dass es der Heilszeit entspricht, die mit ihm angebrochen ist. Und ich bete, dass uns das mit ihr verbundene heilende und helfende Handeln von Gott zuteil wird.“

Er stellt uns danach den Kirchenvater Origenes (185-254) vor, dem das Bitten um Kleinigkeiten suspekt erschien. Stattdessen soll sich das Bittgebet auf Wahres und Großes richten.

„Von Origenes habe ich gelernt, mich zu fragen, zu wem ich eigentlich bete: zu dem Vater? Oder zu Christus? So hielt Origenes an der Gebetsformel fest: Der Dank geht an Gott, den Vater, dem die Ehre in Ewigkeit sei, durch Jesus Christus im Heiligen Geist.“

Mit Bezug auf 1. Timotheus 2, Vers 1 (Einheitsübersetzung 2018): *Vor allem fordere ich zu Bitten und Gebeten, zu Fürbitte und Danksagung auf, und zwar für alle Menschen* hat er eine Art vierstufiges Gebet entwickelt:

- Mit dem Lobpreis Gottes, Christi und des Geistes anfangen
- Es folgt der Dank
- Anschließend die Bitte um Vergebung der Sünden
- Danach die Bitten
- Abschließend wieder das Lob Gottes

Laut Heiser prägte die Gebetslehre des Origenes vor allem das Mönchtum der folgenden Jahrhunderte.

Am Ende des Mittelalters hatte man auf der einen Seite diese Gebetslehre perfektioniert und teilweise auch entleert. Auf der anderen Seite kam mit der Mystik eine neue Innerlichkeit auf.

Durch die Reformation kam es auch beim Beten zu einem tiefgreifenden Umbruch. Für Luther war das persönliche Gebetsleben entscheidend, „die Grundform des Gebets. Ohne das Einzelgebet verlöre das gemeinsame gottesdienstliche Gebet sein Recht.“

Luther distanzierte sich von allen textlichen Vorgaben für das Gebet und gab dem freien – aus dem Herzen gehenden Gebet – den Vorrang.

Gleichzeitig hielt Luther am mittelalterlichen Dreischritt fürs Beten fest: Lesen – Meditieren – Beten. Ansonsten würden wir beim Beten allzu schnell abschweifen. Abschließend zu Luther schreibt Heiser: „Was mich bei der Lektüre von Luthers Texten tröstet, ist, von ihm zu lernen, dass beten gerade in der Anfechtung hilft.“

Vom Genfer Reformator Johannes Calvin kann man das eindringliche Bitten lernen und das Dranbleiben. Auch er gibt vier Gebetsregeln weiter:

1. Wer betet, muss von Gottes Majestät ergriffen sein
2. Wir sollen unseren Mangel beim Beten wahrhaft spüren
3. Das Gebet muss mit einem Schuldbewusstsein einsetzen
4. Wir sollten immer damit rechnen, erhört zu werden

Nach 1789 kehrten die Aufklärung und der Pietismus die Einschätzungen des Gebets um. „Gebet war nun nur deswegen wichtig, weil es dem Menschen etwas brachte.“ Das Gebet musste jetzt vor allem verständlich sein und vor der Vernunft bestehen. Daneben war man jetzt

viel stärker auf sich selbst bezogen. „Das Gebet wurde zur Arbeit am Ich und damit zu einer fürchterlich anstrengenden Sache.“

Zum Schluss kommt Heiser auf Hermann Heinrich Grafe zu sprechen, dem Gründer der ersten Freien evangelischen Gemeinde in Deutschland. In seinen Tagebüchern hält Grafe fest: „Früher war mir das Gebet häufig eine Last, eine gesetzliche Forderung, und jetzt ist es mir eine Lust, eine Gnadengabe.“

Laut Heiser bekommen wir von Grafe eine Antwort auf die Frage: Was geschieht, wenn wir beten? „Das Beten führt in eine persönliche Beziehung zu Gott und beendet die existenzielle Einsamkeit.“

In scheinbar nicht erhörten Gebeten sieht Grafe Gottes Pädagogik am Werk. So schreibt er: „Ich bin ganz mit Gott einverstanden, auch wenn ich ihn nicht verstehe.“

Ein Satz, den man sich merken sollte: „Ich bin ganz mit Gott einverstanden, auch wenn ich ihn nicht verstehe.“

Abschließend weist Heiser darauf hin, „dass wir das Beten nicht durch Nachdenken über das Beten lernen, sondern durch Beten.“

© Henrik Otto und Bernd Kanwischer, *Beten – schlicht und ergreifend*, SCM Bundesverlag Witten 2019, Seiten 33 - 49

Es lohnt sich also, den eigenen Gebetswurzeln einmal auf den Grund zu gehen. Wer oder was hat mein Gebetsleben nachhaltig geprägt?

Wie gesagt: Meine Wurzeln liegen in der Katholischen Kirche. Auch wenn ich damit nach meinem Christwerden 1976 nichts mehr zu tun haben wollte und geradezu aggressiv auf alles Katholische reagierte.

Irgendwann fiel mir das alte Kindergebet wieder ein, das ich als Kind gelernt hatte. Es stand in so einem kleinen handlichen Gebetsbüchlein für Kinder. Es lautete: „Ich bin klein, mein Herz mach rein. Soll niemand drin wohnen als Jesus allein.“

Dieses Gebet lernte ich durch die Katholische Kirche kennen. Mehr braucht es eigentlich nicht, wenn man es ernst meint, um Christ zu werden.

Ich habe das nie wieder vergessen. Es geriet während meiner Pubertät unter die Räder und wurde tief im Keller meiner Erinnerungen vergraben. Aber es war immer abrufbar.

Später schaute ich mir dieses Gebet nochmals genauer an: „Ich bin klein, mein Herz mach rein. Soll niemand drin wohnen als Jesus allein.“

Mittlerweile habe ich dieses Gebet etwas „reformiert“: „Ich bin nicht mehr klein und mein Herz ist seit Karfreitag rein. Soll niemand drin wohnen als Jesus allein.“

Mein Herz hat Jesus durch seinen Kreuzgang gereinigt und ich muss mir nicht mehr ständig den geistlichen Puls fühlen. Auch wenn ich als Christ lebenslang schuldig werde und weiterhin von der Vergebung lebe.

Daneben lohnt es sich, den reichen Schatz unterschiedlichster Gebetsformen und spiritueller Praktiken aus der Kirchengeschichte einmal an sich heranzulassen. Dabei wird man feststellen, dass es mehr als eine Art gibt, mit Gott in Kontakt zu kommen.

Es gab eine Zeit, da war ich auf die geistlichen Erfahrungen meiner Frau richtig eifersüchtig. Sie hatte Eindrücke, hörte das Reden Gottes und machte unwahrscheinliche Erfahrungen mit Gottes Wirklichkeit. Ich fühlte mich in dieser Zeit so klein und unbedeutend neben ihr. Ich hatte keine Eindrücke, und ich konnte bei Ihren Erfahrungen auch nicht mithalten. Ich fühlte mich unbedeutend und unwichtig, weil ich mich über das definierte, was wir taten und erlebten, und nicht mehr über das, was wir waren und sind: Gottes unverdient geliebte Kinder.

Deshalb übersah ich auch die vielen Segensspuren Gottes in meinem Leben. Der permanente Vergleich mit Ille brachte mich um die Segenswirklichkeit Gottes in meinem Leben.

An dieser Stelle öffnete mir November 2000 der Willow-Creek-Kongress in Düsseldorf ganz neu die Augen, als dort die von John Ortberg sieben unterschiedlichen Zugänge zu Gott vorgestellt wurden. Auf einmal begriff ich, dass ich so sein darf, wie ich bin und es völlig legitim ist, dass ich Gott ganz anders als Ille erlebe. Meine Erfahrungen sind deshalb weder besser noch schlechter, sondern einfach nur anders, und ich darf anders sein.

Das war für mich eine unendlich befreiende Erfahrung. John Ortberg geht von sieben unterschiedlichen geistlichen Zugängen aus, die wir als Menschen haben. Keiner dieser Zugänge ist besser oder schlechter als der andere. Sie spiegeln nur unsere von Gott gegebene Verschiedenheit wider:

- der intellektuelle Zugang
- der beziehungsorientierte Zugang
- der dienende Zugang
- der anbetungsorientierte Zugang
- der aktionsorientierte Zugang
- der kontemplative Zugang
- der schöpfungsorientierte Zugang

*© Abenteuer Alltag von John Ortberg, Seite 72 bis 85*

Jeder einzelne Zugang hat Stärken und Schwächen und ist zugleich auch immer auf Ergänzung ausgelegt. Dabei dürfen wir außerdem nicht dem Wahn erliegen, unser Zugang sei der einzig richtige.

Wir haben nicht nur unterschiedliche Zugänge zu Gott. So ist tatsächlich für manchem Gott in der Natur besonders spürbar, während andere die Nähe Gottes gerade dadurch erleben, dass sie sich für andere einsetzen und ihnen etwas Gutes tun.

Wir haben auch eine Riesenfülle von unterschiedlichen Möglichkeiten, die uns beim Beten helfen können. Die Kirchengeschichte ist ein spiritueller Schatz, den wir nur zu heben brauchen.

Manchen hilft es mit Gesten zu beten. Andere profitieren von vorformulierten Gebeten. Wieder andere können gut mit so einer Gebetsregel wie die von Calvin oder Origenes umgehen. Manchen hilft es, ihre Gebete aufzuschreiben wie einen Brief, den sie an Jesus schreiben. Manchen von uns könnte es auch helfen, ihr Gebet zu zeichnen. Der Kreativität sind ja keine Grenzen gesetzt.

Für manche ist eine Kerze und ein Kreuz – eine besondere Gebetsecke in der Wohnung – eine echte Hilfe beim Beten.

Nicht nur in Langeoog setze ich mich oft in eine der beiden Kirchen und höre auf die Stille und höre manchmal auch das Reden Gottes zu mir, wenn es in mir endlich still geworden ist und ich wirklich hören kann, was er mir sagen will.

### **Fragen & Gesprächsideen:**

- Welche Gebetserfahrungen haben mich geprägt? Wo habe ich eine Gebetspraxis erlebt, von der ich mir gerne etwas abschauen würde?
- Zu wem bete ich? Welche Bedeutung könnte es für mich haben, Vater, Sohn und Heiligen Geist gleichermaßen anzusprechen?
- An verschiedenen Stellen geht es um das Bitten für alltägliche Dinge. Origenes meint, man solle um die himmlischen Güter bitten, die irdischen Bedürfnisse werden damit schon abgedeckt. Im Vaterunser geht es aber auch ums tägliche Brot. Welchen Stellenwert haben die Bitten für die eigenen Bedürfnisse in meinen Gebeten?
- „Das Gebet muss frei aus dem Herzen gehen“, ist Luther überzeugt. Welche Rolle spielt das freie Gebet für mich? Inwieweit sind vorformulierte Gebete Teil meiner Gebetspraxis? Welche Berechtigung haben sie für mich?
- Luther legt großen Wert darauf, dass das Gebet aus dem Wort Gottes herauskommt. Inwiefern lässt sich verstehen, dass das menschliche Gebet seiner Meinung nach eine Stütze braucht? Welche Bedeutung hat der Dreischritt (Wort Gottes, Meditation, Gebet) für mich?
- „Von Grafe bekommt man eine Antwort auf die Frage: Was geschieht, wenn wir beten? Das Beten führt in eine persönliche Beziehung zu Gott und beendet die existenzielle Einsamkeit.“ Wie erlebe ich das?